



LA BALAGUÈRE
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

FICHE TECHNIQUE

Safari hors-piste, découverte du ski de rando



S'enivrer de ski hors-piste autour des stations pyrénéennes, en compagnie d'un professionnel connaissant les combes secrètes sur le bout des spatules, et enfin découvrir les joies du ski de randonnée...

7 jours - 6 nuits - 6 jours de ski

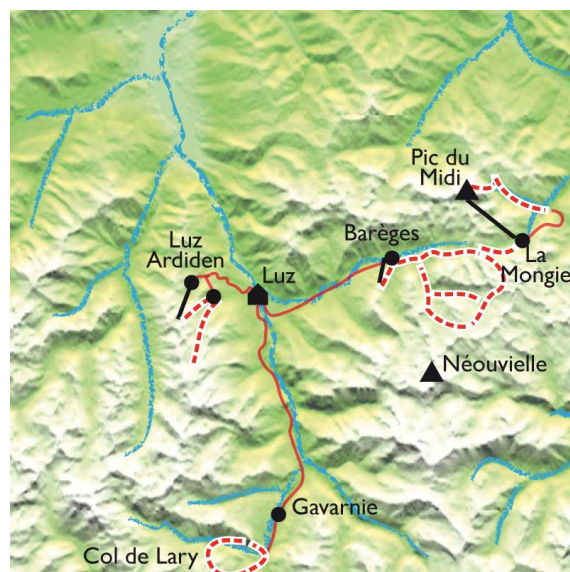
- Départ garanti à partir de 5
- Séjour en étoile
- Sans portage
- Accompagné

Code voyage :
FP7HPIS



Les points forts

- les plus beaux hors-piste sans effort
- choix de la formule hébergement/ restauration
- la découverte du ski de rando
- un moniteur hyper-compétent



Avant votre départ, pensez à vérifier la validité de la fiche technique sur notre site web.

http://www.labalaguere.com/safari_hors_piste_decouverte_ski_rando.html

Les stations des Pyrénées offrent à ceux qui les connaissent bien, de nombreux et superbes hors-pistes. Elles ouvrent les portes du monde scintillant et silencieux de la montagne hivernale. En compagnie d'un professionnel hors-pair, nous vous amenons à la découverte de ces combes et vallons secrets, de ces vallées sauvages face aux grands sommets. Après quelques jours de pur plaisir à s'éclater autour de différentes stations, au caractère aussi distinct qu'affirmé, votre technique à présent peaufinée vous permettra de partir à la découverte... du ski de rando. Un final à n'en pas douter, en apothéose !

■ PROGRAMME

JOUR 1

Accueil, location éventuelle du matériel : skis de piste suffisant pour les 3 premières sorties, ski de randonnée pour les 3 autres.

JOUR 2

Luz-Ardiden. Mise en jambe et rappel technique ; premières descentes sur les pistes, puis rapidement nous irons skier aux abords des pistes. Ski toute la journée.

JOUR 3

Domaine du Grand Tourmalet Barèges-La Mongie : hors-piste en forêt du Lienz ou sous La Piquette, puis direction La Mongie et les Quatre Termes. Un petit effort à pied pour franchir le Pas de la Crabe, et magnifique descente hors domaine dans le massif du Néouvielle par la vallée d'Aygues-Cluses et ses bosquets de pins. Ski toute la journée.

JOUR 4

Pic du Midi, journée haute-montagne : on monte au Pic à 2877m d'altitude par le téléphérique, puis descente de rêve hors domaine dans le Vallon d'Arizes. Près de 1500m de descente hors-piste ! Ski toute la journée.

JOUR 5

Journée consacrée au ski de randonnée, pour l'ascension facile du Pic de Lary et son remarquable panorama sur le Cirque de Gavarnie. En fonction des conditions de neige et du niveau du groupe, nous effectuerons la sortie soit en aller-retour (option la plus facile), soit en boucle (option un peu plus sportive).

Temps de marche : 2 à 4h de montée à ski suivant le parcours, plus le temps de descente. Dénivelé : + 500 à 800m / - 500 à 800m. Temps transfert : 1h15.

JOUR 6

Grand Tourmalet : on retourne au Pas de la Crabe, mais après la descente à la cabane d'Aygues-Cluses, montée à ski de rando vers le Col de Madamète, Tracens, et descente par les lacs Dets Coubous. Fonction du timing, nous effectuerons peut-être un aller-retour à Aubert, cœur de la réserve du Néouvielle.

Temps de marche : 2 à 4h de montée à ski suivant le parcours, plus le temps de descente. Dénivelé : + 300 à 700m / - 1350 à 1750m.

JOUR 7

Luz-ardiden : journée conclue par une très belle descente hors domaine et débutant au point culminant de la station : la vallée de Bernazau de 2450m à 1250m.

Temps de marche : 1 à 2h. Dénivelé : + 200 à 400m / - 1200m.

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.

■ INFOS PRATIQUES

RENDEZ-VOUS

à 17h30 en gare SNCF de Lourdes.

FIN DU SÉJOUR

Dispersion à partir de 17h30 en gare de Lourdes.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

EN TRAIN : TGV, train ou train de nuit pour Lourdes, depuis Paris via Bordeaux ou depuis Lyon via Toulouse. Tél SNCF : 36 35. <http://www.voyages-sncf.com/>

EN AVION : l'aéroport le plus proche est celui de Tarbes - Lourdes - Pyrénées. De l'aéroport, soit prendre au niveau « Arrivées » de l'aérogare, la ligne de bus n°2 « Maligne des Gaves » (dessert les villes et gares de Tarbes, Lourdes et les stations de montagne d'Argelès-Gazost, Luz Saint-Sauveur et Barèges). <http://www.tlp.aeroport.fr/>

Soit prendre un taxi (entre 20 et 30€) jusqu'à la gare.

Possibilité également de venir via l'aéroport de Pau-Uzein. Une ligne de bus à 1 € relie l'aéroport à la gare de Pau : ligne "Proxilys 20", arrêt Idelis à droite en sortant de l'aérogare ; départs indicatifs de 7h40 à 19h45 toutes les heures (30 min. de trajet). <http://www.pau.aeroport.fr/>

Sinon taxi de l'aéroport à la gare de Pau, compter environ 20 €.

De là, train TER (35 min. de trajet) jusqu'à la gare de Lourdes.

EN VOITURE : Lourdes est accessible de Bordeaux, Toulouse ou Hendaye par l'autoroute A64-Sortie n°12. Après la sortie d'autoroute, suivre la nationale N21 sur 15 kms environ, jusqu'à Lourdes. Accès également possible par routes nationales. Pour limiter vos frais de déplacements et d'émission de carbone, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager : <http://www.covoiturage.fr/>

PARKING

Parking, non gardé, situé en contrebas du rond-point situé devant la gare.

Parking, non gardé, à droite sur l'avenue St Joseph, environ 200m après avoir laissé la gare à main gauche.

Parking souterrain gardé de Peyramale, à 500m de la gare, en centre ville. Compter 30 à 50 € la semaine (selon saison).

Eventuellement parking possible aux hôtels indiqués pour une arrivée la veille (à convenir avec l'hôtelier et uniquement si vous y dormez).

SI VOUS DESIREZ ARRIVER LA VEILLE OU RESTER APRES LE SEJOUR :

Adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :

• Hôtel** Lutetia (<http://www.lutetialourdes.fr/index.html>), 19 av. de la gare à Lourdes. Parking selon disponibilité. Tél : 05 62 94 22 85. Mail : info@lutetialourdes.fr

• Hôtel*** Beau Séjour (<http://www.hotel-beausejour.com/fr/index.php#index.php>), 16 av. de la gare à Lourdes. Parking gratuit sécurisé dans le parc de l'hôtel ; sur demande (en supplément) possibilité de prise en charge à l'aéroport avec navette privée de l'hôtel. Tél : 05 62 94 38 18. Mail : reservation@hotel-beausejour.com

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)

5

GROUPE LIMITÉ ENVIRON À (PERS.)

8

NIVEAU

Vous savez skier avec aisance sur tout type de pistes en pilotant parfaitement vos skis ; vous êtes « débrouillés » sur neige difficile (hors piste, glace, bosses...). Être en condition physique correcte pour le ski de rando : dénivelés positifs de 500m environ soit entre 2 et 3 heures de montée.

PORTAGE

Vous ne porterez que vos affaires de la journée.

ENCADREMENT

Par un guide de haute montagne ou par un moniteur de ski, diplômés d'état.

HÉBERGEMENT

au choix :

- formule "light" : sans hébergement ni demi-pension. Rendez-vous tous les matins à Luz Saint Sauveur.
- formule tout inclus : 6 nuits en demi-pension.

REPAS

Dîners et petits déjeuners sont inclus uniquement sur la formule "tout inclus". Par contre les pique-niques sont fournis dans les 2 formules.

DÉPLACEMENTS

En fonction des effectifs, les transferts sont effectués en bus, minibus ou taxis.

FORFAIT TOUT COMPRIS EXCEPTÉ

Les boissons, les remontées mécaniques (J2, 3, 4, 6 et 7 ; compter 160 à 200 € environ), l'éventuelle location du matériel de ski, l'hébergement en demi-pension sur la formule "light", les frais d'inscription et l'assurance.

FORMALITES

Carte d'identité ou passeport en cours de validité. N'oubliez pas dans votre sac à dos le contrat d'assistance-rapatriement.

PENSEZ-Y

Idées sympas :

N'hésitez pas à amener une spécialité de votre région pour la partager avec le groupe.

Au début du séjour, vous pouvez confectionner une caisse commune qui servira aux pots et achats de groupe.

■ ÉQUIPEMENT

CONSEILS POUR LE CHOIX DE VOTRE ÉQUIPEMENT

Pour le haut du corps : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui sèchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud : la sueur est l'ennemi du randonneur -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

Pour le bas du corps : proscrire les combinaisons de ski. Optez pour un pantalon de montagne coupe-vent et imperméable ou éventuellement un pantalon de montagne + surpantalon type "Gore-tex". Une paire de collants type carline ou un caleçon long, à mettre ou pas selon la météo, permettra de rester au chaud.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes chaudes, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

Pour les chaussures, dans l'idéal, essayez-les avant le séjour ; dans tous les cas, protégez les parties sensibles aux ampoules de vos pieds, dès le début.

LES BAGAGES

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kgs, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages.

Évitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale, bretelles larges et un dos bien aéré pour votre confort. Le sac à dos doit permettre de pouvoir fixer les skis (porte-skis).

LES VÊTEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou tour de cou en polaire
- 1 cagoule en polaire type Winstopper ou type Buff
- 1 masque de ski, utile en cas de mauvais temps
- 1 paire de gants chauds et imperméables type "Gore-tex"
- 1 paire de gants fins type Windstopper
- 1 paire de moufles chaudes (ou des gants) de rechange à mettre au fond du sac
- des tee-shirts en matière respirante (type micropolaire) à manches longues (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches courtes
- 1 micropolaire (facultatif)
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible)
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "Gore-tex" avec capuche
- 1 pantalon de montagne solide et imperméable ou un pantalon de montagne + surpantalon (type "Gore-tex")

- 1 paire de guêtres (uniquement si votre pantalon n'en est pas équipé)
- 1 collant chaud ou caleçon long (type "Carline")
- des sous-vêtements
- des chaussettes chaudes (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine (type "Coolmax")
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

LE MATERIEL A EMPORTER

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre (proscrire poche à eau avec pipette ; risque de gel)
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif ; utile si vous souhaitez amener thé, café...)
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel)
- pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- nécessaire de toilette
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- des mouchoirs
- du papier toilette (brulez votre papier)
- 1 briquet
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- appareil photo, jumelles, matériel de peinture... (facultatif)

Le matériel de ski de randonnée :

- 1 paire de chaussure de ski de randonnée (assez légère)
- 1 paire de ski de randonnée légers avec fixations adaptées (équipées de freins ; proscrire les lanières). Carres et semelles doivent-être en bon état et bien entretenues
- 1 paire de couteaux à neige adaptée aux fixations
- 1 paire de peaux de phoques bien adaptées aux skis, pas trop usagées, bien imperméabilisées (pour éviter le bottage) et avec un encollage propre
- 1 paire de bâtons (éventuellement télescopiques) à large rondelle

Possibilité de louer le pack complet ci-dessus (sous réserve de disponibilités) ; prévenez-nous longtemps à l'avance en nous précisant votre taille et votre pointure. Tarifs indicatifs : 25 €/jour environ.

LA PHARMACIE

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- médicaments contre les troubles digestifs
- pastilles contre le mal de gorge
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- pansements type Steri-Strip
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- pince à épiler
- petits ciseaux
- vitamine C
- pince à échardes
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")
- des chaufferettes

LE MATÉRIEL FOURNI PAR LA BALAGUÈRE

- le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours mais qui n'est pas destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas
- matériel de sécurité (DVA, pelles, sondes)

AUTRES PRÉCISIONS

N'oubliez ni votre bonne humeur, ni votre curiosité !

AUTRES PRÉCISIONS

Un équipement de ski de piste peut suffire pour les 3 premières sorties (location également possible).

■ EN SAVOIR PLUS...

CARTOGRAPHIE

- Carte IGN Top 25 1748 OT Gavarnie
- Carte IGN Top 25 1748 ET Néouvielle

BIBLIOGRAPHIE

- Ski de randonnée 2- Raymond RATIO - Atlantica.

■ ASSURANCES

Conformément à la réglementation de notre profession, La Balaguère est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Nous vous rappelons qu'une carte de crédit ne couvre en général que l'assistance rapatriement et pas l'annulation de votre voyage, et ce, à condition d'avoir utilisé cette carte pour payer l'intégralité du voyage.

Nous vous proposons 3 formules d'assurance au choix à souscrire au moment de l'inscription.

Forfait N°1 : assurance annulation simple à 2,5 %

Cette assurance permet le remboursement des sommes engagées (à l'exclusion des frais d'inscription et du coût de l'assurance) en cas d'**annulation** liée à l'une des causes ci-après : **accident grave, maladie ou décès** de l'assuré, de son conjoint ou de l'accompagnant, ainsi que de certains membres de leur famille.

Forfait N°2 : assurance annulation simple ET assistance/rapatriement à 3,7 %

Cette assurance permet, en plus des garanties décrites dans le forfait N°1,

- de profiter de **prestations d'assistance** en cas de maladie ou blessure au cours du voyage ainsi que la **prise en charge de votre rapatriement** à votre domicile si nécessaire.
- d'être remboursé au prorata temporis (hors frais de transport et avec un délai de carence) en cas d'**interruption de séjour** suite à un accident, au décès d'un proche ou à certains sinistres.

Forfait N°3 : forfait "super multi-risques" : 4,8 %

Cette assurance propose, en plus des garanties décrites dans les forfaits N°1 et N°2,

- une garantie annulation plus étendue avec le remboursement des sommes engagées (déduction faite d'une franchise) en cas d'**annulation pour toute cause justifiée** y compris le **départ impossible** lié à un cas de force majeure
- la prise en charge d'une partie des frais sur place en cas de **retour impossible** lié à un cas de force majeure
- un dédommagement (plafonné) pour la **perte, le vol ou la destruction de bagages**
- le paiement d'une indemnité pour un **retard de livraison de bagages** de plus de 48H

Vous recevrez avec la confirmation de votre inscription un extrait des conditions générales du contrat choisi. Veuillez le lire attentivement pour connaître les exclusions au contrat, les montants des franchises, les formalités de déclaration. Emportez ce document avec vous lors de votre voyage. La durée de validité de toutes les garanties correspond aux dates de voyage indiquées sur la facture et ne s'applique qu'aux prestations vendues. Pour les départs et les retours différés, nous consulter.

Attention : si vous souscrivez uniquement le contrat N° 1 (assurance annulation simple), cela signifie que vous possédez votre propre assurance assistance-rapatriement (liée notamment à certaines cartes de crédit). Nous vous conseillons de bien vérifier votre contrat et les garanties couvertes. Dans ce cas, nous vous demandons de nous indiquer lors de votre inscription le nom de votre compagnie et votre numéro de contrat. Mais sachez que vous assumerez, de ce fait, la responsabilité des risques encourus, notamment peut-être l'avance de certains frais.

Important : Si vous devez utiliser l'assistance en cours de voyage, vous devez impérativement obtenir l'accord préalable d'Europe Assistance avant de prendre toute initiative ou d'engager toute dépense en téléphonant au : 33 1 41 85 85 85 et en rappelant le n° de contrat . 58 662 860.

■ CERTIFICATION ATR

La Balaguère est membre fondateur d'ATR « **Agir pour un Tourisme Responsable** ».

La certification « Vers un Tourisme Responsable » nous a été décernée en **septembre 2009** par l'AFNOR certification.

À partir de valeurs communes basées sur le respect, la solidarité et la qualité, ATR a pour objectif d'harmoniser les pratiques professionnelles de ses membres. La certification impose de respecter des critères exigeants :

- promouvoir un tourisme qualitatif pour une découverte authentique et un développement durable des régions d'accueil;
- veiller au respect de la législation du pays en matière de tourisme et de sous-traitance;
- veiller à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs de nos voyages et assurent une juste rémunération des services ;
- respecter et vous sensibiliser aux usages et différences culturelles des régions d'accueil;
- respecter l'environnement et le patrimoine culturel et naturel;
- vous informer de façon transparente et sincère sur les conditions de votre voyage.

Nous vous invitons à partager nos engagements en vous référant notamment à la charte éthique du voyageur qui se trouve dans votre dossier voyage et qui vous accompagnera dans cette démarche. Plus d'informations sur la certification ATR sur www.tourisme-responsable.org

■ CONTACTS

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- consultez notre site sur : www.labalaguere.com
- appelez-nous au : 05 62 97 46 46
- envoyez-nous un fax au : 05 62 97 43 01
- un e-mail : labalaguere@labalaguere.com
- ou encore, écrivez nous à : La Balaguère Route du Val d'Azun, BP3 F 65403 Arrens-Marsous cedex

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

Si vos proches doivent vous contacter pendant ce séjour, Faites appeler le 05 62 97 46 46, nous vous mettrons en relation.



CHAQUE PAS NOUS RAPPROCHE

